

ねんど 2020年度

じりつせいかつ こうざ あんない 自立生活プログラムオンライン講座のご案内

しんがた 新型コロナウィルスと ちょうしょ たいへん なつ 猛暑で大変な夏になりましたが、みなさま いかがお過ごしでしょうか？

にいがた じりつせいかつ センター・まいらいふでは、毎年対面で自立生活プログラム長期講座を開催していたのですが、今年は対面での講座が難しいので、その代わりに下記の通り自立生活プログラムオンラインで講座を開催いたします。

自立生活プログラムとは、自立生活をしていく上で必要な知識や心構えを、実際に自立生活している障害者と一緒に、障害者同士で学ぶ場です。「施設や親元ではなく地域の中で自立して暮らしたい！」とおもっている方、こんな時だからこそ一人で悩まないで、みんなで一緒に学び、楽しみながら自立生活について考えてみませんか？

自立生活に興味のある障害者のご参加をお待ちしています！

き 記

にっ じつ：2020年10月24日（土）～ 12月12日（土） 毎週土曜日 全8回

じ かん：13：30～15：30 ※プログラムの内容により時間の変更があります

ば し 所：Zoom（オンライン会議システム）

さんかひ 費用：無料

たいしょうしゃ 対象者：自立生活に興味のある障害当事者で、全日程に参加できる方

てい いん 定員：4名 ※応募多数の場合、受付終了後に、選考させていただきます

りーだー：山内 俊博（にいがた自立生活センター・まいらいふ）

もうしこみほう 申込方法：申込用紙に必要事項を記入の上、10月14日（水）までにお申し込み下さい

※当日はURLからの参加になります。事前にアプリのインストールをお願いします。

※参加希望の方は申込書に必要事項を記入の上、郵送、メール、FAXにてお申し込み下さい。また、Zoomに関して等、ご不明な点がありましたらご連絡ください。

【お申し込み・お問い合わせ先】

にいがた自立生活センター・まいらいふ

950-2002 新潟市西区青山1-23-15

TEL：090-2339-5890 FAX：025-378-5141

E-mail：niigatacil_mylove@yahoo.co.jp 担当：山内まで

ねんど じりつせいかつ こうぎ
2020年度 自立生活プログラムオンライン講座
プログラムの日程

にちじ 日時	ないよう 内容	かいじょう 会場
だい かい 第1回 がつ か ど 10月24日 (土) 13:30~15:30	オリエンテーション ・ もくひょうせってい じ こ しょうかい 目標設定・自己紹介 ・ じりつせいかつ 自立生活とは？自立生活センターとは？	Zoom ミーティング
だい かい 第2回 がつ にち ど 10月31日 (土) 13:30~15:30	障害について ・ しょうがい なに 障害って何？ ・ じぶん しょうがい し 自分の障害について知ろう	Zoom ミーティング
だい かい 第3回 がつ か ど 11月7日 (土) 13:30~15:30	介助者との関係について (その1) ・ かいじょしゃ かんけい 介助者との関係作り ・ かいじょしゃ つか せいかつ 介助者を使った生活について	Zoom ミーティング
だい かい 第4回 がつ か ど 11月14日 (土) 13:30~15:30	介助者との関係について (その2) ・ かいじょしゃ し じ だ かた 介助者への指示の出し方 ・ ろうどうかんきょう 労働環境について	Zoom ミーティング
だい かい 第5回 がつ にち ど 11月21日 (土) 13:30~15:30	制度・金銭管理について ・ じぶん つか せいど 自分の使える制度って ・ つき つか かね ひと月に使えるお金って	Zoom ミーティング
だい かい 第6回 がつ にち ど 11月28日 (土) 13:30~15:30	自立生活運動の歴史 自立生活者の話を聞いてみよう！	Zoom ミーティング
だい かい 第7回 がつ か ど 12月5日 (土) 13:30~15:30	家族について ・ じぶん かぞく かんが 自分の家族について考えてみよう	Zoom ミーティング
だい かい 第8回 がつ にち ど 12月12日 (土) 13:30~15:30	まとめ ・ はんせい かんそう 反省と感想 ・ フリートーク	Zoom ミーティング

※プログラムの内容は変更になることもあります。